نصائح لجمال أسنانك

جمع وإعداد

ا / معالى أحمد

مكتبة الإيمان
المنصورة . أمام جامعة الأزهر
ت . ٢٥٧٨٨٢

المقدمة

العناية بالأسنان

* الوقاية خير من العلاج:

المهمل فى الغذاء ولا يعلم نتائج ذلك عندها يبدأ الجسم كله بعد ذلك فى المعاناة وخاصة الأسنان واللثة والعظام .

* العناية بتنظيف الفم :

(١) الأدوات المستعملة :

١ - المخروط المطاطى ، جزء من المطاط لتدليك اللثة .

٢ - فرشاة الأسنان لإزالة الفضلات بين الأسنان .

٣ - خيط حرير للنظافة بين الأسنان .

٤ - الخلة للتدليك .

٥ - السواك .

* طرق العناية بالفم والأسنان :

١ - المسواك :

- بوضع الطرف الرفيع بين الأسنان ويتم تحريكه بين اللثة وسطح السن الملاصقة فى حركة رأسية .

٢ - الخيط الحريرى :

- استعمال الخيط الحريرى المغطى بالمشمع أو النايلون للتنظيف بين الأسنان وإزالة فضلات الطعام أو استعمال أى نوع من الخيط المتوافر بالمنزل .

٣ - فرشاة الأسنان بأنواعها المختلفة:

٤- قطعة رفيعة من السلك:

- تمتد منها شعيرات أفقية ، لتنظيف الأسنان فى اتجاه أفقى للثة .

* الرواسب الجيرية :

* ما هى الرواسب الجيرية ؟

هى أملاح من الكالسيوم تترسب على سطح الأسنان وتحتوى على كثير من المكونات الكيميائية .

* نزيف اللثة: -

يكثر الترسيب الجيرى وهذا الترسيب الجيرى ماهو إلا سطح خشن يحتك باللثة وبأنسجتها الرقيقة ، فإنه يسبب نزيفا مستمراً .

* التهاب اللثة :

ومع إدماء اللثة ووجود الميكروبات تبدأ عملية التهاب مستمر ، ولكن مع الوقت تنشأ حالة مزمنة تسمى بالتهاب اللثة المزمن . ومن المعروف أن الأسنان بينها وبين اللثة رباط من الأنسجة الوترية .

ثم يبدأ الالتهاب فى النتك بهذا الرباط ، فتفقد اللثة تماسكها بالأسنان ويتكون فراغ بين سطح السن واللثة .

ويمتد فى اتجاه الجذر و يبدأ فى الفتك به .

- يبدأ الفتك بالعظم ويبدأ العظم فى التآكل طبقة تلو الأخرى .

*** كيف نكتشف الترسيبات الجيرية ؟**

أسهل طريقة للاكتشاف هى الاحتكاك باللسان ، حيث تجد سطحا خشناً بأسنانك .

أعشاب لعلاج

رائحة الفم الكريهة

مشكلة عفن الفم

كيف تجعلين أسنانك قوية

كيف تحصلين على أسنان قوية

صفاء لون الأسنان

كيف تقضين على التسوس

علاج تآكل الأسنان

تخفيف ألم الأسنان

رائحة الفم الكريهة

مشكلة تؤرق كل فتاة

*** ماكولات شهية لرائحة الفم الكريهة**

*** من أدمن أكل الكرفس أذهب عنه البخر (الرائحة الكريهة) .**

*** مضغ العليق:**

ينفع من ذلك مضغ السذاب ومضغ ورق العليق والمضمضة بعدهما بخل العنصل .

*** الثوم والقرنفل على الريق أكلاً وعند النوم:**

يؤخذان ثم يسحقان سحقاً ناعماً ويعجنان بعسل ويستعملان على الريق أكلاً وعند النوم ويداوم على ذلك فإنه يقطع رائحة الفم الكريهة ويقلبه إلى رائحة طيبة .

*** أكلة مجربة من الزنجبيل :**

يقطع البخر .

*** تسلى وودعى مشكلة رائحة الفم الكريهة:**

*** مضغ السذاب:**

إذا مضغ بعد أكل الثوم والبصل قلع رائحتها .

*** مضغ المر :**

يقطع رائحة الشراب والبصل والثوم .

* قلب الفجل :

إذا أكل نبات قلوب الفجل الصغار ثم أكل بعدها لم تفح رائحة الفجل من الفم .

* الشب :

إذا أمسك في الفم نفع من البخر .

* البسباسة الهندية :

تنفع من البخر أكلا ومضغاً .

* كبابة صينى :-

يستعمل مخلوط مع الزعتر بكميات متساوية فى المضغ

* عصى الراعى :-

يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة .

البخر الكائن من عفونات اللثات وأصل الأضراس:

* الأنسيون :

إذا سحق واستدلك به مراراً نفع من البخر الكائن من عفونات اللثات وأصل الأضراس .

* الدهن الخالص :

إذا أمسك في الفم أزال البخر .

البخر الذي سببه من المعدة :

* أكل المشمش:

البالغ الطري ينفع من البخر الذي سببه من المعدة .

مشكلة عفن الفم

* قطرة فى الأنف من الزعفران:

يؤخذ شيئاً من الزعفران ويسحق ويلت بسمن ويقطر في الأنف .

* قطرة من الصبر بالماء :

يسحق ويقطر في الأنف وهذا الدواء نافع للقروح وورمها إذا لطخت به عليها .

* عصارة الرمان الحامض :

تؤخذ بشحمه فإذا غليته في إناء نحاس غير مرصوص غلياناً جيداً نفع من أكلة الفم .

* دواء مجرب من الزنجبار:

تأخذ الزنجبار وتطحنه بالعسل والخل فينفع من القرح التي في الفم والعفن الردىء .

* عصارة حب الرمان :

الحلو ثم يطبخ فى إناء من نحاس ثم يستعمل فإنه نافع .

* قرنقل ومصطكي ومردقوش ولاذن :

يغمر الأربع أصناف بسليط ويوضع على النار حتى تنزل خاصيتها فى السليط ويعصر منه ذلك ويسعط به صاحب هذه العلة .

كيف تجعلين أسنانك قوية ونظيفة ؟

* **التفاح لتقوية الأسنان:-**

- التفاح مفيد للحفاظ على أسنانك و أكل تفاح مساء كل يوم تحفظ الأسنان حتى فى سن الشيخوخة .

مضمضة لتقوية الأسنان المتحركة والدم الذى يسيل منها:

* **خل بالشبة :**

- يستعمل مخلوطاً مع الشبة ويستعمل فى المضمضة ساخناً .

التمضمض بالخل مع الزيت ينفع من تحريك الأسنان والدم الذي يسيل منها .

ضماد لتقوية الأسنان المتحركة:

* **ثمرة الكركم :**

إذا سحق وضمد به الأسنان المتحركة قواها .

* **الهليلج الكابلي :**

إذا نواه وأمسك في الفم قوي الأسنان

الوقاية خير من العلاج:

* **تسلى وحافظى على أسنانك:**

* **اللبان الشحري :**

يشد الأسنان إذا مضغ

* عباد الشمس (اللب السورى):

- أكله وقاية للأسنان من أمراض كثيرة .

* عين الجمل :

- أكله وقاية للأسنان من أمراض كثيرة .

* البندق :

- أكله وقاية للأسنان من أمراض كثيرة .

* الأرز :

- أكله وقاية للأسنان من أمراض كثيرة .

* مستكة :

- يمضغ منه ٥ جرام على فترات .

مضمضة لتقوية الأسنان

* مضمضة فستق :

- يحرق قشره ثم يسحق ويستعمل فى المضمضة .

* حبة البركة والخل:

- تستعمل مع الكمون والزعتر وتغلى فى الخل وتستعمل فى المضمضة .

* عود ريح مغربى :

- يستعمل مخلوطاً مع الكثيرا بكميات متساوية ويأخذ منه ملعقة بعد كل وجبة .

* البلوط :

- يستعمل مغلى ١٠ ثمرات منه ويصفى ويستعمل فى المضمضة والغرغرة.

* حلفا بر :

- يستعمل مغلى ١٠٠ جرام منه فى المضمضة بأخذ ملعقة منه .

* عفص :

- يستعمل المغلى فى المضمضة بأخذ ملعقة منه .

دهانات للأسنان :

* ينسون :

- يستعمل زيته فى دهان الأسنان .

* السنط :

- يستعمل مسحوق جذره وأوراقه فى دهان الأسنان .

* استعملى هذه الأعشاب لكى تتمتعين بأسنان بيضاء جميلة .

* إذا خلط الملح بمثله سكر جلا الأسنان.

* رماد الطرفاء :

يضاف إليه مثله ملح أندراني فإنه يجلو الأسنان ويقويها .

* القلى الأبيض:

يجلو الأسنان جلاء حسناً .

* الأراك والمسك وصي بهما ﷺ :

سواكه جيد لجلاء الأسنان وإذا سحق وخلط بمثله ملحاً مسحوقاً واستن به نفع قلع الأسنان وجلاها وقد جمع مع هذه الأفعال الصقال المسك فهو أنفع ما عولج به وأسهل استعمالاً

- ويحفظ على الأسنان صحتها إذا خلط بعسل وخل وتمضمض به .

* الأراك بالعسل والخل :

يحفظ على الأسنان صحتها بالمضمضة أياماً على مدار الشهر .

مدلكات لجلاء الأسنان :

الرمان:

- يحمص ويسحق بقشره ويستعمل فى التدليك على المكان المصاب .

* حلفا :

يستعمل رماده فى تدليك المكان المصاب .

* الملح :

يستعمل مخلوط بمسحوق الفحم والسكر البودرة بمقدار ملعقة لكل منهم وتدلك به الأسنان .

صفاء لون الأسنان

معجون طبيعى لنقاء أسنانك

* **العسل وجوز الهند لبياض أسنانك:**

يستعمل مخلوط بمسحوق الفحم والملح والسكر بمقادير متساوية ويستعمل كمعجون للأسنان .

* جوزالهند :

يحرق ويسحق ويدلك به الأسنان .

* حب العزيز :

يحرق ويسحق وتدلك به الأسنان .

* خلة :

يستعمل القش المجفف فى تدليك الأسنان .

* النط :

يستعمل جذره مسحوقا وتدلك به الأسنان .

* ضرو :

يؤخذ من شجره السواك وهو المعروف بسواك الأسنان .

كيف تتضين على التسوس؟

*** حلى بالحمص :**

- يستعمل دقيقه مع مسحوق قشر البيض وسكر النبات والعسل بمقادير متساوية ويأخذ منه ملعقة بعد كل وجبة

***تسلى بالمستكة :**

- يستعمل ١٠ جرام منه مع مقدار من زيت الورد ويمضغ على فترات .

كيف تتخلصين من نزيف الأسنان ؟

*** تسلي بحب العزيز :**

- يمضغ ولا يؤكل .

*** دهان الصنربر :**

- يستعمل زيته فى الدهان لنزيف الأسنان .

*** مضمضة الخزامية :**

- يستعمل مغليه ثم يصفى ويستعمل فى المضمضة .

أساليب علاج تآكل الأسنان

كيف تخففين من ألم الأسنان ؟

الخل والملح

لا شيء أفضل في علاج الأسنان من الخل والملح فإنهما يجففان البلة الزائدة ويسكنان الوجع .

***حتي الزهورمفيدة لك :**

*** الياسمين البري:**

إذا وضع من عروقه في الضرس المتآكل قدر ما يسعه فتته .

*** مسكنات لألم تآكل الأسنان:**

*** مسكن العفص:**

إذا وضع ما في داخله في المواضع المتآكلة من الأسنان سكن وجعها والزاج السوري كذلك .

- يستعمل مغلى ٥٠ جرام منه فى المضمضة على جرعات أثناء اليوم .

***التدلك بالمر :**

إذا تمضمض به مع زيت منع تآكل الأسنان أو دلك به فاعتمد عليه .

***مسكن نوى المشمش:**

- إذا حشي الضرس الوجع بنوي مشمش مر والملح والمر والخل سكن الوجع .

* مسكن التين:

- إذا جعل لبن التين فى تآكل الأسنان المتآكلة نفع من أكلها وسكن وجعها .

* مسكن الزيت:

- إذا سخن الزيت وقطر فى الضرس آخر ما يحتمل سكن الوجع .

* مسكن النعناع البستاني :

يسكن وجع الأسنان المتآكل البارد السبب .

* مسكن اللوز:

- إذا قطر دهن اللوز المر مسخنًا في تآكل الضرس سكن وجعه .

* مسكن الزيتون:

- إذا وضع صمغ الزيتون على الأسنان المتآكلة سكن وجعها .

* مسكن العسل :

- يستعمل فى تسكين ألم الضرس إذا وضع عليه .

ويستعمل مخلوطاً بالملح والخل ويضع على المكان المصاب .

دهانات لعدم تآكل الأسنان :

*دهان كافور :

يستعمل ٥ نقاط منه فى كوب ماء دافىء ويستعمل فى المضمضة لعدة مرات يومياً .

- يستعمل مع ١٠ جرام من زيت الزيتون ويخلط جيداً ثم تدهن به الأسنان .

*دهان المستكة :

- يستعمل مسحوق ١٠ جرام مع الكحول ويخلطان جيداً ثم تدهن به الأسنان فى حالة التهاب الأسنان بالنخرة .

* دهان ورق الزيتون :

يطبخ بماء الحصرم حتى يصير كالعسل ويطلى على الأسنان المتآكلة فيقلعها .

* مضمضة لتسكين ألم تآكل الأسنان:

*مضمضة عاقر قرح :

- يستعمل مغلى ٥٠ جرام منه فى المضمضة على جرعات أثناء اليوم .

ويستعمل مسحوقه مغلى بالخل ويعمل من العجينة وتوضع على المكان المصاب .

* مضمضة الشبة :

- توضع قطعة على الضرس المتخلخل يشبته - مع التحذير من بلع

الشبة .

* لبخة عكر الزيت :

إذا طبخ بماء الحصرم إلى أن يسخن ويلطخ به الأسنان المتآكلة وقلعها

* قطرة القطران :

إذا قطر في موضع الأسنان المتآكلة أبرأها .

* طلاء الحبة السوداء :

إذا قلي وسحق بزيت وطلي به الأسنان وطبق الفم عليه ساعة ثم يفتحه حتى يسيل اللعاب منه فإنه يبرأ .

* حب العزيز :

- يمضغ ولا يؤكل .

كيف تخففين من آلام أسنانك؟

*** إذا كانت أسنانك تؤلمك فهذه الأعشاب تخلصك من الألم:**

*** مسكن الكتان لقتل الدود وتسكين الوجع:**

إذا بخرت الأسنان ببذر الكتان سكن الوجع وقتل الدود الذي يكون في الأسنان .

*** عصارة ورق الصفصاف:**

أطرافه الغضة إذا أمسك في الفم ساعة قتل دود الأضراس والوجع .

*** مسكن الخل للسن التى قلعت:**

إذا ذوب فيه ملح وتمضمض به دافئاً نفع من وجع الأسنان إذا كان من حرارة وإذا جعل في قطنة وجعل على السن التي قلعت سكن وجعها .

*** مسكن السعتر للثة المترهلة :**

يمضع فيسكن وجع الأسنان ويشفي اللثة المترهلة لقوته المحرقة .

*** ورق الغار :**

إذا طبخ بالخل نفع من وجع الأسنان .

*** الكبر :**

إذا أخذ وهو طري ومضغ بالسن الوجع سكن ألمه وإذا مضغ فعل مثل ذلك .

*** لبان دكر :**

- يستعمل مخلوط بالقرنفل والنعناع بمقادير متساوية ويمضغ منه على

فترات .

* فراسيون :

- يستعمل بحالته الطبيعية فى المضغ .

* لبخ :

- يستعمل بحالته الطبيعية فى المضغ .

* لسان حمل :

- يستعمل بحالته الطبيعية فى المضغ .

* مضمضة مسكنة لآلام الأسنان:

* لسان الحمل:

إذا طبخ أصل لسان الحمل وتمضمض أومضغ الأصل سكن ألم الأسنان

* عرق الصباغين:

إذا مضغ عروق الصباغين سكن وجع الأسنان .

* مضمضة طبيخ الزوفا :

اليابس بالخل يسكن وجع الأسنان .

- التمضمض بعصارة ورق التوت الحامض جيد للسن الوجع .

* السعتر :

يمضغ فيسكن وجع الأسنان ويشفى اللثة المترهلة لقوته المحرقة .

* لبخة سرخس :-

- يعمل منه لبخة توضع على الأسنان .

*مضمضة الحماض :

يتمضمض بعصارته للسنة الوجعة .

* العسل :

يحفظ الأسنان صحتها إذا خلط بالخل وتمضمض به في الشهر أياماً .

* التوت :

إذا دق قشره وورقها وطبخ وتمضمض بمائها وأمسك في الفم ساعة نفع من وجع الأسنان .

* الطرفاء:

إذا تمضمض بماء ورق الطرفاء المطبوخ له قوي اللثة ونفع من وجع الأسنان .

* عيدان الثوم:

مع عاقر قرحا أو خل جعل فيه كندس يمسك في الفم .

* الحنظل:

إذا طبخ الحنظل في الخل وأمسكه في الفم ساعة فإنه يسكن وجع الأسنان .

* المردقوش:

إذا سحق المردقوش على السن الموجوع سكن وجعه .

* الصنوبر:

إذا طبخ ورق الصنوبر بالخل وتضمد به حاراً سكن وجع الأسنان .

- إذا شق خشب شجرة الصنوبر وقطع صغاراً بخل وأمسك طبيخه في الفم سكن وجع السن الأليمة .

* الزئبق :

- يبخر به الفم وذلك بوضع ٢٠ جرام منه على نار هادئة .

* ملانة :

- تؤكل بحالتها الطبيعية فى تسكين آلام الأسنان .

* نعناع :

- توضع أوراقه لتسكين آلام الأسنان .

* مستكة :

- يستعمل ١٠ جرام منه مع الكحول وتوضع على الأسنان .

* مدلكات لألم الأسنان:

* صفار البيض :

تنفع ضربان شرب الماء البارد وذلك بأن يكمد بها الأسنان وهي حارة جداً ويعض عليها .

*الزنجبيل للألم من البرد أو رطوبة أو سخونة :

إذا كان وجع السن من برد فأدلكه بالزنجبيل .

وإن كان من بلة ورطوبة فمضمضه بالخل .

وإن كان من شدة وخلط غليظ فبالخل وحده .

وإن كان من حرارة فبالخل والماء متساوين فإنه يسكن الوجع .

* رماد الطرفا:

إذا دلكت الأسنان برماد الطرفا ذهب وجعها

* البقلة الحمقاء:

إذا مضغ البقلة الحمقاء ذهب وجع الأسنان .

* مضمضة لألم الأسنان:

* الأثل :

- يستعمل مغليه فى المضمضة .

* الخل :

- يستعمل مخلوط بالحنضل الساخن ويمضمض به .

* الطرفا :

- تعصر الأوراق وتصفى وتستعمل فى المضمضة .

* الزعفران :

- يستعمل مغليه فى المضمضة .

* تين مكة:

- يستعمل مغليه فى المضمضة .

* أرقطيون :

- يستعمل مغليه فى المضمضة .

* ترنجان :

- يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة .

* سرو :

- يستعمل مغليه فى المضمضة .

* زعتر :

- يستعمل مغليه مخلوطا بالكحول والخل فى المضمضة .

* عاقر قرح :

- يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة .

* مربطارخ :

- ينقع ١٠ جرام مع الخمور وزيت الزيتون مضمضة .

* حبة البركة :

- يستعمل زيتها مع ماء مغلى العفص والخل وتخلط المقادير جيداً ويستعمل فى المضمضة .

* ثوم :

- يهرس فص ويوضع ساخن على موضع الألم .

* خروب :

- يستعمل منقوعه فى المضمضة .

* أراك :

- يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة .

كيف تخففين من آلام الأسنان والضروس؟

* حتى لا يعاودك الألم:

* السلق حتى لا يعاودك الألم:

إذا أخذ أصل السلق ضرباً ومسح بخرقة من الطين والتراب ودق وعصر ماؤه واستعط منه بنصف مسعط نفع من وجع الأسنان والأضراس ومنع من معاودة الوجع .

* اللوز :

ينفع وجع الضرس مضغاً .

*الشمع:

إذا مضغ الشمع أزال ألم الضرس .

* الرجلة :

إذا مضغت نفعت الضرس .

* الصعتر:

إذا مضغ الصعتر سكن وجع الضرس .

* البقلة الحمقاء :

إذا مضغت بجملتها نفعت من الضرس؛ لأنها تلمس الأسنان وتملأ خشونتها التى عرضت لها من ملاقاة الأشياء الحامضة والطعومات الخشنة .

* زنجبيل :

- يستعمل بحالته الطبيعية فى تدليك الضرس .

* العسل :

يستعمل فى التنقيط على الضرس .

* لبان الركر:

- يستعمل مع الزعتر والقرنفل والنعناع بمقادير متساية وتمضغ منه نصف ملعقة عدة مرات .

* الحناء:

تأخذ الحناء تعجنها بالعسل وتعملها في ثقبة الضرس تبرأ بإذن الله تعالى .

* دهان الحنظل:

تأخذ عروق الحنظل وتسحقه وتخلطه مع الخل ويطلى به الضرس الموجوعة ثلاثة أيام فإنه يذهبها من غير ألم .

* مسكنات ألم الضروس:

* مسكن صمغ السماق :

إذا جعل في الأضراس الوجعة سكن وجعها .

*مسكن التين:

إذا جعل ماء التين في صوفة وصير في الموضع من الضرس سكن وجعه .

* مسكن الخردل :

يستعمل مسحوقه فى تسكين آلام الضرس بوضعه عليه .

* مسكن الثوم :

- يسخن فص منه ويهرس ويوضع على الضرس .

* مضمضة لتسكين ألم الضروس

* ملح الطعام :

- تستعمل نصف ملعقة مذابة فى نصف كوب خل ويستعمل فى المضمضة .

* مضمضة النعناع :

- يستعمل مغليه مخلوط فى نصف كوب خل ويستعمل فى المضمضة .

* مضمضة الخل :

- يستعمل مخلوط مع البصل وحبة البركة ويستعمل فى المضمضة على جرعات .

طرق غير مؤلمة لخلع الأسنان

* الحصرم :

إذا طبخ به ورق الزيتون حتى يصير درهماً قلع الأسنان إذا وضع عليها .

* التوت :

إذا سحق أصله وجعل فى خل ثقيف وصير في الشمس أربعة عشر يوماً وجفف وسحق وحمل على الأضراس المأكولة قلعها كلها .

* عكر الزيت :

إذا طبخ بماء الحصرم إلى أن يصير كالعسل وحمل على الأسنان المأكولة قلعها وسهل قلعها إن كانت معيبة .

* ماء عروق التوت الد يفي :

وتجمد في الشمس في إناء من فضة ويضع منه على الضرس فإنه يقلعه فى الوقت .

* حنظل :

يستعمل ساخناً مع زيته فى دهان الضر س .

* الثوم :

يستعمل عصيره مخلوطاً بالخل والملح ويمس منه على الضرس .

نخرة الأسنان

* وصفة جربت مراراً:

قلي زرنيخ أصفر وعدس أبيض يدق ناعماً ويجعل ناعماً ويجعل في عقد قصب أخضر فارسى وتلف القصبة بقطعة مشاقة مبلولة بماء وتدفن في تلال نار إلى أن تكاد تحترق القصبة ثم تخرج الدواء منها وتسحقه ناعماً كالغبار ويتمضمض المريض بخل تكبس اللثة بالدواء وبعد الفراغ من عمل الدواء آخر النهار يوضع على اللثة زبد أو دهن ورد وقطناً جديداً طوال الليل فإنه يبرأ بإذن الله تعالى .

* الموز بالعسل:

يستعمل مسحوقه مخلوطاً بالعسل يوضع على الأسنان ٣ مرات يومياً .

البرد فى الأسنان

* حبة البركة :

يستعمل المغلى مع الخل فى المضمضة .

الفراولة لإزالة الجير وصفار الأسنان

تستعمل فى تدليك الأسنان ٣ مرات فى اليوم .

وصفة لتخفيف ألم ضربان الأسنان:

* يؤخذ من شحم الحنظل جزء ومن الصبر جزء فيغلي على برمة حجر أو مغرفة حديد غلياً شديداً بزيت وخل خُمُرّ ثم ينزل ويقطر منه في الأذن التي تلي الضرس الوجع قطرة بعد قطرة .

* الخردل :

إذا سحق جعل في الضرس الدائم الضربان بلا ورم نفعه .

وصفة للحمرة حول الأسنان

* يؤخذ أصول الزيتون البري وعصارة فقوس الحمير فإذا استاك بهما أو مع العسل يمضمض بها فإنه نافع .

اللثة

ميكروبات اللثة هل لها حل

وقاية اللثة

مطهرات اللثة

الدم والنزيف

كيف تقضين على ميكروبات اللثة وتطهيرها؟

* عليكي بعصير الجرجير مع اللبن لإزالة البوريا :

تعصر الأوراق وتصفى وتخلط مع اللبن كوبان يومياً .

* دلكة الثوم :

يستعمل مغلى الأوراق في المضمضة .

* مضمضة البقدونس :-

يستعمل مهروس في تدليك اللثة .

* مضمضة لعلاج البوريا

* مضمضة الشمر بالنعناع :

يستعمل مغليه مع مخلوط بمغلى النعناع بمقادير متساية ويستعمل في المضمضة .

* مضمضة الخل بالكمون:

يخلط فنجان منه مع ملعقة من الكمون لكل كوب من مغلى الزعتر المذاب فيه نصف ملعقة ثم يستعمل في المضمضة .

وصفات لعلاج أورام اللثة

* دهانات:

* التدليك بالزبد أو السمن :

إذا دلك به نفعها ومن ورم الفم والسمن يفعل ذلك ويسكن الوجع .

* دهان الصبر بالعسل :

إذا خلط بالعسل لطخ به على الأورام الحارة التي في الفم نفعها .

* الشب:

إذا ذر على ورم اللثة نفعها .

* أكل اللوز :

إذا أكل سكن وجع الفم .

* العدس :

مما ينفع لورم اللثة إن كان ورمها حاراً أن يتمضمض بماء طبخ فيه عدس .

* العفص :

إذا شوي ثم أطفئ في خل حاذق ينفع من ورم اللثة .

*دهان الشبة :

يستعمل منه ٥٠ جرام مذابة فى كوب ماء دافئ يدهن منه اللثة .

* دهان الشوكة البيضاء :

تستعمل مذابة مع ٥٠ جرام من الماء الدافئ وتدهن به اللثة .

* مضمضة ماء الآس:

يتمضمض بماء طبخ فيه آس أو ورق السماق أو ورق الزيتون .

* مضمضة الخل:

إذا طبخ فيه أصول البنج تمضمض به نفع من الذع العارض لها وهو نافع لأورام الفم بإنضائه .

وجع اللثة:

* مضمضة اللبن الحار:

إذا تمضمض به شفي وجع اللثة .

* عصارة التوت وورقه :

جيدان لأوجاع اللثة لأنهما يقبضان باعتدال يرطب .

كيف تتمتعين بلثة قوية ؟

* أكل الفجل الأحمر وقاية للثة من أمراض كثيرة:

* دهان المستكة :

يستعمل مخلوط ٥٠جرام منها ٢٠ جرام من زيت الزيتون ندهن به اللثة .

* العسل :

يستعمل مخلوط مع عصير الرمان وتدهن به اللثة .

* مضمضة لتقوية اللثة:

* مضمضة قرنفل :

يستعمل مغليه فى المضمضة على مرات متعددة .

* مضمضة الفجل البرى :

يعصر ويصفى ويستعمل فى المضمضة .

* مضمضة عفص :

يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة والغرغرة .

* مضمضة الرمان :

يستعمل مغليه مخلوطاً بالعسل وملعقة من مسحوق الشبة فى المضمضة .

* مضمضة الموز :

يستعمل مع العسل والخل فى المضمضة والغرغرة .

* مخلل اللفت :

يؤكل مع الوجبات .

* تسلي بعين الجمل:

أكله وقاية للثة من أمراض كثيرة .

* البندق:

أكله وقاية للثة من أمراض كثيرة .

* مدلكات لتقوية اللثة:

* السنط البرى :

يستعمل مخلوط بالشعير الهندى فى تدليك اللثة .

* الشعير الهندى :

يستعمل مسحوقه مع الأرز ويدلك به اللثة .

* لسان الثور :

يرش رماده على اللثة .

* مضمضة الصبار :

يعصر الصبار ويستعمل عصيره فى المضمضة .

* الخيار :

يعصر الخيار ويستعمل عصيره فى المضمضة .

مطهرات اللثة:

*مطهر البورق :

تستعمل ملعقة من مائه مذابة فى كوب ماء دافىء .

* مطهر الليمون :

يستعمل مخلوط بالجلسرين فى المضمضة .

خراج اللثة

* دهان كثيرا خضراء بالعسل :

يستعمل عصيرها مع مغلى البلح الأخضر والعسل ويستعمل كدهان .

* لبخة التين :

يضع لبخة داخل الفم دافئة ولا توضع خارج الفم لعدم انتشار الخراج .

كيف تقضين على القروح فى اللثة

* سلاتة ورق الزيتون وأقماع الورد والعفص والعدس كل هذه نافعة في ذلك جداً.

* تسلى بالعلبق :

يمضغ .

* تسلى بكبابة صينى :

* أكل الكرنب :

قلب الكرنب يؤكل نيئ .

* مدلك حبق النيل بالعسل :

تستعمل ٤ فصوص مهروسة بالعسل وتدلك به اللثة .

* طين أرمنى :

تدلك اللثة به .

* بذر الورد :

إذا سحق وذر على اللثة المتقرحة التي تنصب إليها المواد الرديئة نفعها .

*مضمضة لقروح اللثة .

* مضمضة البلوط :

يستعمل مغلى ١٠ ثمرات منه فى المضمضة .

* مضمضة التين :

يستعمل مغلى ٥ ثمرات منه فى المضمضة .

* مضمضة السرو :

ماء غلى البستانى منه مضمضة .

* لسان حمل الطازج :

يستعمل مغلى الأوراق بعد تصفيته فى المضمضة .

* المر :

* تستعمل منه ١٠ جرام مع الكحول تستعمل فى المضمضة .

* زعتر بالخل:

يستعمل مغلى مع الكمون والعنص والخل فى المضمضة .

* شبت بالخل :

يعصر ويصفى ويستعمل عصيره مع الخل فى المضمضة .

* دهان صندل:

يخلط بزيت الزيتون بمقادير متساوية وتدهن به اللثة .

* بنجر مأكول :

أكله مع الوجبات وقاية للثة من أمراض كثيرة .

* مضمضة لالتهابات اللثة:

* شبة :

يستعمل منه نصف ملعقة فى كوب من الماء الدافئ ونصف ملعقة من العفص فى المضمضة .

* أبى حلسا :

يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة .

* خطمية :

يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة .

* شمر :

يستعمل مغليه بعد تصفيته فى المضمضة .

* صفصاف :

يستعمل مغلى الأغصان فى المضمضة .

* ليمون :

يستعمل عصير ليمونة مع نصف كوب من الماء الدافئ فى المضمضة .

* عسل :

يستعمل ملعقة منه فى نصف كوب دافئ فى المضمضة .

وصفات طبيعية لمنع الدم والنزيف

* عصير القرنفل لوقف الدم والنزيف :

يستعمل مسحوقه المغلى ويصفى ويشرب .

* **مضمضة لوقف النزيف:**

* عصير الفراولة :

يستعمل مقدار من عصيرها فى المضمضة .

* جرجير :

يستعمل عصيره فى المضمضة ويؤكل أيضاً

* ليمون :

يستعمل عصيره مع نصف كوب من الماء الدافئ فى المضمضة .

* الملح و الخل :

يستعمل مخلوط مع مقدار من الخل فى المضمضة .

* الرمان :

يستعمل مغلى الزهور ملعقة منه فى المضمضة على جرعات .

* عصى الراعى :

يستعمل المغلى بعد تضفيته فى المضمضة .

* لسان حمل :

يستعمل المغلى بعد تصفيته فى المضمضة .

* بلوط:

يستعمل مغلى ١٠ ثمرات فى المضمضة .

* مدلكات للنزيف :

* طرفا :

يستعمل المغلى بعد تصفيته فى تدليك اللثة .

* أرقطيون :

يستعمل المغلى بعد تصفيته فى تدليك اللثة .

وصفات طبيعية لشد اللثة المسترخية

* مضمضة:

* الجوز:

إذا طبخ بماء وتمضمض بمائه شد اللثة المسترخية .

* ماء الحصرم :

يشد اللثة المسترخية إذا تمضمض به .

* ماء الورد :

التمضمض منه يشد اللثة .

* ورق الزيتون :

يقوي اللثة إذا مضغ وأديم إمساكه في الفم .

* مضغ أعشاب مفيدة لشد اللثة المسترخية:

* حب الآس :

نافع اللثة والأسنان والفم إذا مضغ وشرابه ينفع من استرخاء اللثة .

* ورق العليق :

إذا مضغ شد اللثة وأبرأ القلاع .

* الطرفا :

تستعمل بحالتها الطبيعية فى تدليك اللثة .

* أرقطيون :

تستعمل بحالتها الطبيعية فى تدليك اللثة .

* زعتر :

تستعمل بحالتها الطبيعية فى تدليك اللثة .

* الحمص :

يستعمل مسحوقه فى تدليك اللثة .

* العسل :

يستعمل فى تدليك اللثة .

* مضمضة لشد اللثة:

* البلح الأخضر :

يستعمل مسحوقه فى الغلى ثم يصفى ويستعمل فى المضمضة .

* ضرر :

يستعمل المغلى بعد تصفيته فى المضمضة .

* لسان حمل :

يستعمل المغلى بعد تصفيته فى المضمضة .

مضمضة لحم اللثة وعدم تآكله

* مضمضة الكركم:

يغمر ويصفي ويستعمل مضمضة على الريق وبعد ذلك يتمضمض بسليط وماء ورد .

* مضمضة ماء الشب:

التمضمض بماء قد حل فيه شب ويمسك في الفم ساعة ثم يمجه ويكبس اللثة بعفص وقشر رمان وكركم وثمره بعد دق الجميع دقاً ناعماً .

أمور منهى عنها

الوشر والتفلج

معناه : وشرت المرأة أسنانها : حدتها ورققتها (المعجم الوسيط)

الفلج معناه : أى شقه نصفين أو تباعد ما بين ساقيه أو يديه أو أسنانه .

فى الشرع

وشر الأسنان : تحديدها وتقصيرها للزينة .

والفلج معناه: انفراج ما بين الأسنان ومن النساء من يفعل ذلك عمداً وهو تدليس على الناس

وحكمة التحريم لما رواه ابن مسعود قال : « لعن الله الواشمات والمستوشمات والنامصات والمتنمصات والمتفلجات للحسن المغيرات خلق الله»

« المتفلجات للحسن » : يفعل ذلك طلب للحسن وفيه إشارة إلى أن الحرام هو المفعول لطلب الحسن أما لو احتاجت إليه لعلاج أو عيب فى السن فلا بأس .

الفهرس